ANCLAS MENTALES A LA CULTURA

RESIGNACIÓN, SUMISIÓN, VICTIMIZACION.

¿Qué tanto puede afectar un estado mental al estancamiento o "anclaje" de las personas y hasta una sociedad? Si Usted se pregunta o ha escuchado personas preguntarse del por qué una sociedad o persona no progresa y se estanca, le animo a analizar esta palabra a la cual denominé "ancla mental", la resignación.

Un estado emocional y psicológico que caracteriza a nuestra cultura (paraguaya) en el cual una persona acepta de manera pasiva y resignada las circunstancias negativas su vida, sin intentar luchar para cambiarlas o resistirse es la resignación.

PERPETUACIÓN DE ATRASO.

Éste estado estanca un grupo social, repercute en lo social, la resignación puede contribuir a la perpetuación de estructuras sociales injustas, ya que las personas resignadas tienden a aceptar pasivamente las desigualdades y la falta de oportunidades, quejándose, sí, pero, a la más mínima escala que no tiene el impacto que debería.
Esto lleva a la consolidación de sistemas opresivos, ya que la ausencia de resistencia dificulta los cambios sociales necesarios.

REPERCUSIONES FÍSICAS Y DEL ÁNIMO.

La sensación de impotencia y falta de control sobre la propia vida puede dar lugar a la depresión, la ansiedad y otros trastornos mentales.

La resignación también puede obstaculizar el desarrollo personal y la autoestima, ya que las personas pueden dejar de perseguir metas y sueños al asumir una actitud pasiva ante la vida. Además, la resignación puede llevar a la pérdida de sentido de la vida y a la falta de motivación para buscar cambios positivos.

Las personas resignadas pueden experimentar una disminución en su capacidad para enfrentar desafíos y superar obstáculos, lo que puede afectar negativamente su bienestar general. Consecuencias Culturales.

Ante una fuerte resistencia al cambio, se encuentran a personas resignadas a sus vivencias negativas que inevitablemente forman parte de uno o más grupos sociales y es la razón por la cual afecta a nivel cultural, la resignación puede tener un impacto significativo en la creatividad, la innovación y el progreso.

Las culturas como la nuestra, que fomentan la resignación pueden encontrarse estancadas en estructuras obsoletas y resistirse al cambio. La falta de iniciativa y la aceptación pasiva de las circunstancias pueden limitar el desarrollo cultural y frenar la evolución de las ideas y valores.

Además, la resignación cultural puede contribuir a la conformidad con normas y tradiciones perjudiciales.

La resistencia a cuestionar el "status quo" puede resultar en una cultura estancada, donde la diversidad de pensamiento y la creatividad son sofocadas.

LA SUMISIÓN

Otro comportamiento o actitud de aceptación pasiva de la autoridad, control o influencia de otros que caracteriza a muchos de los integrantes de nuestra cultura, es la sumisión.

Implica hacer lo que otro quiere, "anclarse" a otro, ceder la propia voluntad, derechos o poder a favor de alguien más, ya sea por elección personal, presión social o coerción externa.

Abarca todo ámbito, en diferentes roles de las personas, como relaciones personales, laborales, políticas o culturales.

Puede tener diversas implicancias que afectan la dinámica de una comunidad o sociedad. En entornos donde prevalece la sumisión, se corre el riesgo de que se establezcan jerarquías rígidas y sistemas de poder desequilibrados.

UN PRIMO HERMANO.

Esto una vez más, lleva a la perpetuación de estructuras sociales injustas, ya que aquellos que están en posiciones de autoridad pueden abusar de su poder sin enfrentar resistencia significativa.

Además, la sumisión social puede limitar la capacidad de la sociedad para cuestionar las normas establecidas, lo que podría frenar el progreso y la evolución hacia una sociedad más justa.

LAS CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS.

A nivel individual, la sumisión puede dar lugar a sentimientos de baja autoestima, pérdida de identidad y ansiedad.

La persona sumisa puede experimentar una disminución en su autoeficacia y autoestima al ceder constantemente el control sobre su vida y decisiones.

Además, la sumisión excesiva puede generar estrés emocional, ya que la persona puede sentirse atrapada en un ciclo de complacencia constante.

LA VICTIMIZACIÓN.

No es un secreto de estado que, un paraguayo o paraguaya muestre una actitud como la victimización, de hecho, es muy común que una persona asume o se percibe a sí misma como una víctima, ya sea de circunstancias externas, relaciones interpersonales o eventos traumáticos.
Implica una identificación con el papel de la víctima, a menudo acompañada de una sensación de indefensión, sufrimiento y falta de control sobre la propia vida. Esta actitud puede ser resultado de experiencias personales de trauma, abuso o dificultades, y puede influir en la forma en que una persona se relaciona con el mundo que la rodea.

A nivel social, la victimización puede tener impactos significativos en la dinámica de las relaciones y en la estructura de la sociedad. Esto puede generar tensiones sociales y alimentar el ciclo de conflictos intergrupales, ya que cada grupo puede percibirse a sí mismo como la víctima y responsabilizar al otro.
Además, la victimización social puede tener implicancias en la justicia y la equidad. En ocasiones, la identificación con la victimización puede ser instrumentalizada para obtener ventajas o justificar comportamientos perjudiciales.

CULTURALMENTE

La victimización puede influir en la forma en que una sociedad aborda el trauma y el sufrimiento. En culturas donde la victimización es ampliamente reconocida y validada, puede haber una mayor conciencia y apoyo a las víctimas, lo cual es esencial para la curación y la justicia.

Además, una cultura que normaliza la victimización puede influir en la percepción de la responsabilidad personal y en la capacidad de la sociedad para abordar los desafíos de manera proactiva. Fomentar una cultura que equilibre el reconocimiento del sufrimiento con la promoción de la resiliencia y la acción puede ser crucial para construir sociedades saludables.

RESUMEN

En definitiva, estas tres “anclas mentales” que la mente del paraguayo se ve encadenada influyen en la dinámica social y personal.

Estos fenómenos comparten características similares en cuanto a la aceptación pasiva de circunstancias adversas, pero difieren en sus matices y consecuencias.

Ésta tres anclas, detienen el progreso, hunden las libertades personales, estancan el desarrollo personal y social.

Saludos…!. Richard Torres

#psicologiasocial

#sociologia

Enero/2024